

## Партнеры.

MySwitzerland.com



**Ticino**  
ticino.ch



**Swiss Diamond Hotel**  
swissdiamondhotel.com



**Lugano Tourism**  
luganoturismo.ch



**Lugano city**  
lugano.ch



**The View**  
theviewlugano.com



**Ticino Hotels Group**  
ticinohotelsgroup.com



**Швейцария.**  
get natural.

# Рецепты из Тичино.

Ticino.ch



## Салат из печеных овощей с козым сыром и соусом песто

**Время приготовления:** 30 минут  
**Количество:** 6 порций

### Что нам потребуется:

#### Для салата:

Баклажаны — 360 грамм  
Кабачки — 360 грамм  
Перец болгарский — 360 грамм  
Помидоры — 600 грамм  
Кинза — 18 веточек  
Чеснок — 3 зубчика  
Козий сыр — 300 грамм  
Соус песто — 120 грамм  
Помидоры черри — 6 шт  
Салат фризе — на украшение

#### Для соуса:

Бasilik зеленый — 36 грамм  
Руккола — 36 грамм  
Оливковое масло — 36 грамм  
Кедровые орехи — 6 грамм  
Пармезан — 6 грамм  
Соль

### Технология приготовления:

1. Очистить от кожи баклажаны, у кабачков удалить плодоножку, перец очистить от семян. Нарезать овощи пластинами, выложить на противень, застеленный пергаментом. Заправить маслом, солью и свежемолотым перцем. Поставить на 15 минут в духовку, разогретую до 220 градусов Цельсия.
2. У томатов удалить плодоножку, с другой стороны сделать надрез крест накрест и ошпарить. Выложить томаты в лед и очистить от кожи.
3. Готовые овощи и ошпаренные томаты нарезать мелко и обжарить на оливковом масле, заправить, солью, перцем

и рубленными чесноком и кинзой.

4. Приготовить соус. У базилика удалить нижнюю жесткую часть стебля. Остальное порубить. Чеснок очистить. Сыр нарезать. Измельчить базилик, чеснок, орехи и сыр в ступке или в блендере. Приправить солью. Взбивать соус в режиме пульсации, вливая оливковое масло тонкой струйкой. Взбивайте до желаемой степени однородности.
5. Готовый салат выложить в тарелку. С помощью ложек выложить на салат сыр. Украсить соусом песто, черри и фризе.

**Приятного аппетита!!!**

## Ризотто с белыми грибами

**Время приготовления:** 40 минут  
**Количество:** 6 порций

### Что нам потребуется:

Рис карноролли — 360 грамм  
Сливочное масло — 120 грамм  
Вино белое сухое — 90 мл  
Тимьян — 6 веточек  
Белые грибы — 360 грамм

Лук — 120 грамм  
Сливки — 360 грамм  
Тичинский сыр Преальпино  
Сан Готтард — 180 грамм

### Технология приготовления:

1. Рис обжарить на сливочном масле, добавить тимьян, залить вином и тушить до готовности.
2. Белые грибы почистить, положить в кастрюлю и залить 1л воды. Довести до кипения и варить на среднем огне 30 минут.
3. Разогреть в сковороде оливковое

масло и обжарить лук на среднем огне, помешивая, до мягкости, 5-7 минут. Добавить грибы и жарить еще 5 минут.

4. В готовые грибы добавить рис и сливки, тушить, постоянно помешивая, 5 минут. Заправить тертым тичинским сыром.
5. Выложить на тарелку, украсить зеленью.

**Приятного аппетита!!!**

## Рулетики из телятины в томатном соусе (по-тичински)

**Время приготовления:** 40 минут  
**Количество:** 6 порций

### Что нам потребуется:

#### Для рулетиков:

Телячьи эскалопы (60 г каждый) — 24 шт  
Бекон (свежий или копченый) — 24 тонкие полоски  
Сливочное масло — 60 г  
Соль, свежемолотый черный перец

#### Для соуса:

Томаты, нарезанные кубиками, консервированные в собственном соку — 1200 г  
Лук репчатый — 3 шт  
Чеснок — 6 зубчиков  
Шалфей — 12 листочков  
Сливочное масло или маргарин — 3 ст.л.  
Соль — 1,5 ч.л.  
Свежемолотый черный перец

### Технология приготовления:

1. Приготовьте соус. Мелко нарежьте репчатый лук и чеснок. В кастрюле или сотейнике растопите сливочное масло. Положите в кастрюлю лук, чеснок, томаты, листики шалфея, посолите и поперчите. Готовьте на среднем огне, периодически помешивая, 5-7 минут.
2. Слегка отбейте молоточком эскалопы, посолите, поперчите и положите на каждый эскалоп полоску бекона. Сверните мясо рулетиком беконом внутрь. Скрепите края зубочистками, чтобы рулетики

не развернулись в процессе приготовления. На отдельной сковороде растопите немного сливочного масла и обжарьте рулетики со всех сторон в течение 2 минут.

3. Переложите рулетики в кастрюлю к томатному соусу и готовьте под крышкой на среднем огне около 20 минут.
4. Подавайте рулетики горячими, предварительно удалив скрепляющие их зубочистки. Не забудьте щедро полить блюда томатным соусом.

**Приятного аппетита!!!**

## Тирамису

**Время приготовления:** 3 часа  
**Количество:** 6 порций

### Что нам потребуется:

Яйца куриные — 3 штуки  
Сыр Маскарпоне — 500 грамм  
Печенье — 1 упаковка Савоярди  
Сахар — 60 грамм

Кофе — 1 чашка  
Амаретто — 30 грамм  
Шоколад — 1 плитка

### Технология приготовления:

1. Отделить желтки от белков. Белки взбить в стойкую пену. Желтки взбить с сахаром и аккуратно перемешать с сыром и белками.
2. Кофе смешать с амаретто. Печенье поломать, и каждый кусочек окунуть в полученную смесь.
3. На дно бокала выложить ложку сырной массы, затем слой печенья, вымоченного в кофе, и снова слой крема и печенья

с кофе. Положить последний слой крема и поставить в холодильник минимум на три часа.

4. Шоколад остудить и натереть на мелкой терке.
5. Посыпать готовый десерт тертым шоколадом.

**Приятного аппетита!!!**